



Tandem t:slim X2™ ja Dexcom CGM

Valitse elämäntyyliisi sopiva insuliinipumppujärjestelmä

Sinulle, joka olet insuliinipumppujärjestelmän valinnan edessä

Siirrytpä sitten insuliinikynähoidosta tai toisesta insuliinipumpusta, Tandem t:slim X2™- ja Dexcom CGM -insuliinipumppujärjestelmä voi tarjota sinulle paremman hoitokokemuksen ja paremman elämänlaadun. Tässä esitteessä kerrotaan lisää itse insuliinipumppujärjestelmästä sekä Rubin Medicalilta saamastasi tuesta pumpun käyttöönoton ja sen käytön aikana.



Tietoa Rubin Medicalista

Rubin Medical on Tandem t:slim X2- ja Dexcom CGM -insuliinipumppujärjestelmän jakelija Pohjoismaissa. Suomessa olemme toimineet vuodesta 2020 lähtien.

Bolus, hiilihydraattisuhde ja perusinsuliini? Sivulla 21 on sanakirjasto, jossa selitetään monia yleisiä tyyppin 1 diabetekseen liittyviä termejä.

SISÄLLYSLUETTELO

Ennen insuliinipumpun valintaa	3
Tietoa Tandem t:slim X2 -insuliinipumppujärjestelmästä:	
Edut	4
Tandem t:slim X2-insuliinipumppu	5
Dexcom CGM	6
Infuusiosetti ja säiliö	7
Control-IQ™-teknologia	8
Elämä insuliinipumppujärjestelmän kanssa:	
Kaikille päiville	9
Uni	10-11
Liikunta	12
Henkilökohtaiset profiilit	13
Ruokavalio ja hiilihydraatit	14
Usein kysytyt kysymykset	15
Letkullinen vai letkuton pumppu?	16
Kantojärjestelmät	17
Hyvä tietää:	
Ennen pumppuvalitusta	18-19
Tuki ja asiakaspalvelu	20
Sanakirjasto	21

Ennen insuliinipumpun valintaa

Tyyppin 1 diabeteksen hoito voi olla haastavaa, mutta elämäntyyliisi sopiva insuliinipumppujärjestelmä voi helpottaa sitä huomattavasti. Insuliinipumppujärjestelmän valinnassa on hyvä ottaa huomioon useita asioita. Se, mikä sopii sinulle, ei välttämättä ole oikea tuote jollekin toiselle. Kehotamme sinua pohtimaan seuraavia kysymyksiä:

?

Kuinka tärkeä hoitotulos on sinulle?

Tutkimukset osoittavat, että diabeteksen hoito insuliinipumppujärjestelmillä, joissa on integroitu jatkuva glukosinseuranta (CGM) ja automaattinen insuliinin annostelu, parantaa käyttäjien hoitotuloksia kaikissa potilasryhmissä*.

Lue lisää sivuilta 4-8.

?

Oppiva vai ennakoiva pumppu?

Eri insuliinipumput toimivat eri tavoin. Useimmat niistä laskevat insuliiniannoksesi historiatietojen perusteella (miten kehosi yleensä käyttäytyy), ja niitä kutsutaan oppiviksi pumpuiksi. Control-IQ™-teknologialla varustettu Tandem t:slim X2™ käyttää ennakoivaa algoritmia, joka säätää insuliinin annostelua automaattisesti 30 minuuttia ennakoiden, arvioidun glukosiarvosu perusteella.

Lue lisää sivulta 4.

?

Haluaisitko luoda henkilökohtaisia profiileja?

Jokainen päivä on erilainen ja vaatii keholtasi erilaisia asioita. Tandem t:slim X2 insuliinipumppujärjestelmässä on esiasetetut profiilit liikuntaa ja unta varten. Lisäksi voit luoda henkilökohtaisia profiileja, jotka sopivat juuri sinun elämäsi. Ehkä juhlat, sairaus tai puutarhanhoito?

Lue lisää sivulta 13.

?

Pumppu letkulla vai ilman?

Letkuton pumppu kiinnitetään suoraan kehoon, kun taas letkullista pumppua voi kantaa taskussa tai vyötäröllä eri kantojärjestemien avulla. Tandem t:slim X2 on letkullinen pumppu, joka voidaan helposti irrottaa esimerkiksi saunan tai suihkun yhteydessä.

Lue lisää sivulta 16.

?

Onko asiakastuki helposti saatavilla, kun sitä tarvitset?

Olitpa sitten vasta-alkaja tai kokenut insuliinipumpun käyttäjä, tuki ja opastus voivat olla tarpeen erilaisissa tilanteissa. Rubin Medical tarjoaa asiakaspalvelua arkisin puhelimitse ja sähköpostitse, jolloin vastaamme kaikkiin insuliinipumppujärjestelmään koskeviin kysymyksiin. Lisäksi tekninen tukemme on käytettävissä vuorokauden ympäri, vuoden jokaisena päivänä, varmistaen, että apu on aina saatavilla silloin, kun sitä tarvitset.

Lue lisää sivulta 20.

Vinkkejä!

1. Valitse insuliinipumppujärjestelmä, jossa on integroitu jatkuva glukosinseuranta (CGM), joka voi lisätä mahdollisuuksia siihen, että glukosiarvosu pysyy tavoitealueella.
2. Valitse pumppu, jossa on intuitiivinen ja käyttäjäystävällinen käyttöjärjestelmä.
3. Valitse toimittaja, joka tarjoaa koulutusta ja asiakastukea pumppua varten.

* Brown SA, Kovatchev BP, Raghinaru D, et al. Six-month randomized, multicenter trial of closed-loop control in type 1 diabetes. *N Eng J Med.* 2019;381(18):1701-1717.

Aina askeleen edellä

Tandem t:slim X2™-insuliinipumppu ja Dexcom CGM ovat diabeteksen hoitoon suunniteltuja apuvälineitä, jotka on kehitetty helpottamaan arkeasi. Laitteet muodostavat yhdessä nykyaikaisen ja päivitettävän järjestelmän, joka ei ainoastaan näytä glukoosiarvoja, vaan myös ennakoii glukoosiarvojen kehitystä, jotta insuliinin annostelua voidaan säätää automaattisesti ja ennakoivasti.

Kolmiosainen järjestelmä:

- 1 Tandem t:slim X2 -insuliinipumppu.** Lue lisää sivulta 5.
- 2 Dexcom CGM.** Lue lisää sivulta 6.
- 3 Infusiosetti säiliöllä.** Lue lisää sivulta 7.

Ei enää sormenpäämittauksia

Järjestelmää ei tarvitse kalibroida*, minkä ansiosta verensokeria ei tarvitse mitata sormenpäästä ennen ateriainsuliinin annostelua tai sensoriarvon vahvistamiseksi.

Automaattiset säädöt lisäävät aikaa kohdealueella

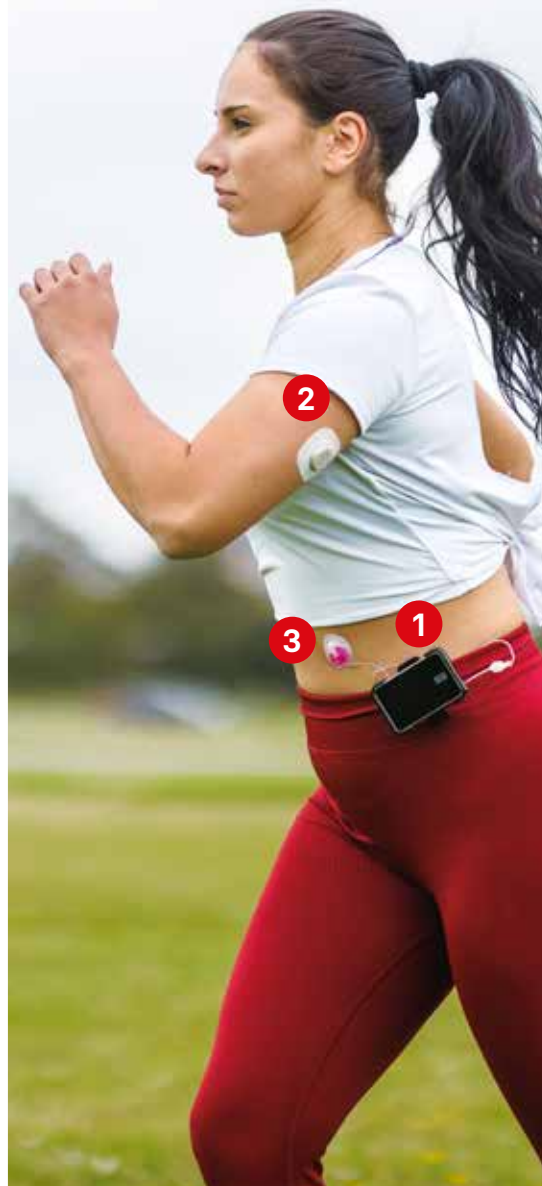
Tandem t:slim X2-insuliinipumpun algoritmia kutsutaan Control-IQ™-teknologiaksi. Järjestelmä ennakoii glukoosiarvojen kehitystä 30 minuuttia Dexcom CGM:n tietojen perusteella, jolloin insuliinipumppu voi lisätä tai vähentää insuliinin annostelua tai keskeyttää sen kokonaan. Pumppu saa tiedot glukoosiarvosta 5 minuutin välein ja toimii automaattisesti siten, että tavoitealueella 3,9–10 mmol/l ollaan mahdollisimman suuri osa ajasta. Lue lisää sivulta 8.



"Tosi kivasti Tandem-järjestelmä kyllä hoitaa eikä tarvitse olla itse siellä säätämässä. Suurin hienosäätö on jäänyt pois ja olen saanut sitä ajatusta muulle elämälle eikä vain glukoosiarvoille."

Essi

* Jos glukoosivaroitukset tai CGM-lukemat eivät ole oireiden tai odotusten mukaisia, käytä verensokerimittaria hoitopäätösten tekemiseksi.



Arkeasi helpottavat ominaisuudet

Helppokäyttöisyys

Selkeän käyttöjärjestelmän ja askel askelelta etenevien ohjeiden avulla opit nopeasti käyttämään pumppuasi tehokkaasti.

Edistynyt teknologia

Uusimman teknologian ansiosta saat tarkan insuliinin annostelun ja reaaliaikaisen glukoosin seurannan, mikä parantaa glukoosin hallintaa.

Mukavuus ja vapaus

Kompaktin muotoilun ansiosta pumppu on helppo kuljettaa mukanasi kaikkialle. Voit seurata hoitoasi suoraan pumpun näytön kautta ja seurata glukoosiarvojesi Dexcomin sovelluksella tai älykellolla.

Vähemmän pistoksia

Kun siirryt insuliinikynästä AID -järjestelmään, sinun ei enää tarvitse pistää itsellesi insuliinia useita kertoja päivässä. Sen sijaan käytät infusiosettiä, joka vaihdetaan noin kolmen päivän välein. Ei enää päivittäisiä pistoksia, vaan jatkuva ja tarkka insuliinin saanti ilman vaivaa.

Tukea ja asiantuntijoiden apu

Olitpa sitten aloittelija tai kokenut käyttäjä, tukemme on käytettävissäsi 24 tuntia vuorokaudessa, 7 päivää viikossa, vuoden jokaisena päivänä.

Yksilöllinen hoito

Tandem t:slim X2-insuliinipumppu-järjestelmä mahdollistaa yksilöllisen hoidon mukauttamalla insuliinin annostelua sinun tarpeidesi mukaan. Mukauta hoito kehoosi ja jokapäiväiseen elämääsi ohjelmoimalla henkilökohtaisia profiileja eri tilanteisiin.

Tandem t:slim X2 -insuliinipumppu

Tandem t:slim X2™ -insuliinipumppu on kooltaan vain luottokortin kokoinen ja 1,5 cm paksu. Pumpussa on helppolukuinen värillinen kosketusnäyttö ja se kulkee helposti mukana. Voit pitää pumpppua housujen taskussa, rintaliiveissä, vyöklipsissä tai vyölaukussa – vaihtoehtoja on monia.

Päivitettävä ohjelmisto

Tandem t:slim X2-insuliinipumpun ansiosta käytössäsi on aina uusinta teknologiaa ilman, että sinun tarvitsee vaihtaa pumpppua. Insuliinipumpussa on päivitettävä ohjelmisto, joka päivitetään säännöllisesti, joten käytössäsi on aina uusimmat ominaisuudet pumpun takuuajana.

Ladattava akku

Pumpussa on ladattava akku, joten sinun ei tarvitse ostaa ja kierrättää paristoja säännöllisesti. Suosittelemme akun lataamista 10–15 minuuttia päivittäin. Akkua tulee ladata vain lyhyitä aikoja kerrallaan, joten välttää sen lataamista yöllä nukkuessasi. Täyteen ladattu akku kestää 4–7 vuorokautta. Akkua voi ladata myös esimerkiksi varavirtalähteen kautta, autossa tai veneessä.



Muistutukset, varoitukset ja hälytykset

Tandem t:slim X2 -insuliinipumppu antaa tärkeää tietoa sen toiminnasta muistutuksilla, varoituksilla ja hälytyksillä.

Muistutuksia annetaan tiedoksi asettamastasi valinnasta, esimerkiksi muistutus tarkistaa glukoosiarvosi boluksen jälkeen.

Varoitukset näytetään automaattisesti ilmaisemaan turvallisuuteen liittyvistä olosuhteista, jotka sinun on tiedettävä, esimerkiksi varoitus, että glukoosiarvosi on matala.

Hälytykset näytetään automaattisesti ilmaisemaan todellisesta tai mahdollisesta insuliinin annostelun pysäyttämisestä, esimerkiksi hälytys, että insuliinisäiliö on tyhjä. Kiinnitä huomiota erityisesti hälytyksiin.



“Parasta uudessa insuliinipumpussa on se, että sitä on niin helppo käyttää.”

Wilma

Vinkki!

Kokeile Tandem t:slim X2 -insuliinipumppua puhelimesi tai tabletillasi!

Maksuttoman t:simulator™-sovelluksen avulla voit tutustua insuliinipumpun toimintoihin.



Dexcom CGM

Dexcom CGM on sensori, joka mittaa jatkuvasti glukoosiarvoja ihonalaisessa kudosteestessä. Sensori lähettää tiedot insuliinipumppuun viiden minuutin välein. Pumpun näytöllä esitetään nykyinen glukoosiarvo ja sen kehitys eli nouseeko tai laskeeko arvo ja kuinka nopeasti. Sensorimme on vedenkestävä ja sitä voi käyttää jopa 10 päivää.

Dexcom G6:n ja G7:n erot

Dexcom G7 on Dexcom CGM:n uusin versio, se on kooltaan pienempi ja sen käynnistysaika on vain 30 minuuttia, kun Dexcom G6 -sensorin käynnistysaika on 2 tuntia. Näissä kahdessa sensorissa käytetään eri kiinnityslimaa, joten jos olet saanut allergisen reaktion yhdestä, voit kokeilla toista.

Vinkki!

Dexcom Follow on seurantasovellus, joka on tarkoitettu diabetesta sairastavien läheisille. Sovelluksen avulla voit seurata toisen henkilön tämänhetkisiä sensoriarvoja. Tätä sovellusta suositellaan erityisesti diabetesta sairastavien lasten vanhemmille.



Täältä löydät luettelon Dexcom-sovellusten kanssa yhteensopivista älypuhelimista:



Infuusiosetti ja säiliö

Infuusiosetti koostuu pienestä muovi- tai teräskanyylista, joka asetetaan ihon alle, sekä pumpun säiliöön yhdistettävästä letkusta. Infuusiosetti on vaihdettava kahden tai kolmen päivän välein. Tandem t:slim X2™ -insuliinipumpussa on säiliö, johon mahtuu jopa 300 yksikköä insuliinia.

Kaikki infuusiosetit:

- ovat ihoystävällisiä ja pysyvät paikallaan.
- sisältävät kaksikerroksisen letkun, joka on vahva, joustava ja kestävä.
- kaikki tuotteemme on testattu tarkasti, jotta insuliinin annostelu toimii aina varmasti.

Yleisimmin käytetyt iinfuusiosetit AutoSoft™ 30 ja AutoSoft™ 90 asetetaan asettimen avulla. TruSteel™ ja VariSoft™ asetetaan käsin.

Katso video siitä, miten infuusiosetti asetetaan:



Katso video säiliön täyttämisestä:

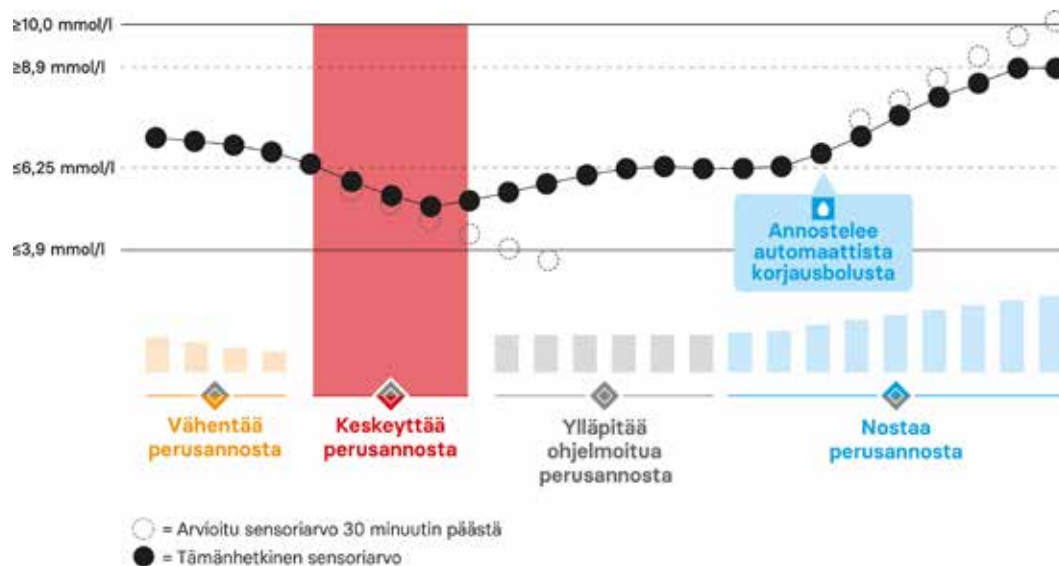


Control-IQ -teknologia lisää aikaa tavoitealueella

Tandem t:slim X2™ -insuliinipumpun sisältämä Control-IQ™-teknologia on kehitetty nimenomaan lisäämään aikaa tavoitealueella. Järjestelmä ennakoii sensoriarvojen kehittymistä 30 minuuttia eteenpäin Dexcom CGM:n tietojen perusteella, jolloin insuliinipumppu voi lisätä tai vähentää insuliinin annostelua tai keskeyttää sen kokonaan. Liian korkean glukoosiarvon estämiseksi järjestelmä voi myös antaa korjausboluksen automaattisesti.

Miten Control-IQ säätelee annostelua

Control-IQ-teknologia käyttää Dexcom CGM:n sensoriarvoja ja henkilökohtaisen profiilisi asetuksia ennakoimaan glukoosiarvojen kehitystä 30 minuuttia eteenpäin. Viiden minuutin välein järjestelmä kerää tietoja Dexcom CGM:stä säätääkseen insuliinin annostelua automaattisesti.



Mitä tarkoittaa aika tavoitealueella?

TIR -arvo (Time in Range): Aika tavoitealueella on avainkäsite nyky-aikaisessa diabeteksen hoidossa. TIR -arvo on tärkeä mittari tulevien diabeteskomplikaatioiden ehkäisylle. Yleisenä ohjeena voidaan pitää, että tavoitealueella 3,9–10 mmol/l pitäisi olla yli 70 prosenttia ajasta.

Todistettu hoitovaikutus

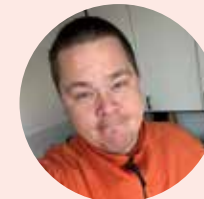
Kuusi kuukautta kestäneessä tutkimuksessa, johon osallistui 112 satunnaisesti potilasta, AID-järjestelmää käytettäessä aika tavoitealueella lisääntyi 2 tuntia ja 36 minuuttia vuorokaudessa verrattuna kynähoitoon.*

*Brown SA, Kovatchev BP, Raghinaru D, et al. Six-month randomized, multicenter trial of closed-loop control in type 1 diabetes. N Eng J Med. 2019;381(18):1701-1717.



"Kuusi päivää sitten päivitin insuliinipumppuni Control-IQ-teknologiaan, ja aika tavoitealueella on noussut 92 prosenttiin vain näinä päivinä."

Sofia

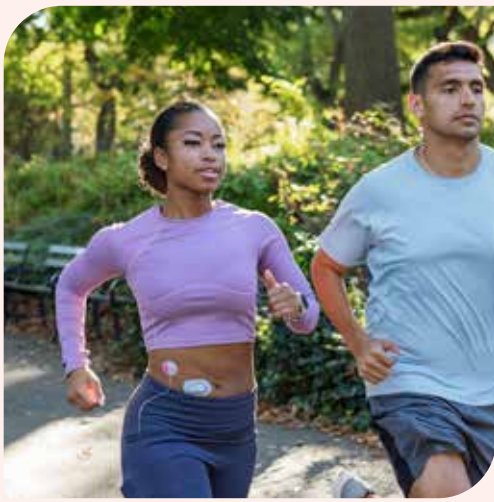


"TIR - eli Time in Range -arvoni on pääsääntöisesti ollut elämäni aikana maksimissaan 30-40% välissä. Mentäessä toista kuukautta Tandemin kanssa TIR oli ehtinyt hakeutua jo 70-80% välimaastoon, josta se on vaihdellen elänyt kaikkialla 60-80% välissä."

Ilkka

Lue Ilkan koko arvostelu:





Kaikille päiville

Työ, yökyläily, sairaus tai juhlat? Tandem t:slim X2™ -insuliinipumpun avulla voit asettaa henkilökohtaisia profiileja, jotka auttavat sinua diabeteksen hallinnassa, vaikka jokainen päivä olisi erilainen. Lisäksi käytössäsi on kaksi esiasetettua profiilia unta ja liikuntaa varten.

Seuraavilla sivuilla saat paremman käsityksen arjesta uuden insuliinipumppusi kanssa.

Nuku hyvin

Aktiivisuustila Uni

Useimmat meistä tietävät omasta kokemuksestaan, miten univaje vaikuttaa hyvinvointiimme sekä henkisesti että fyysisesti. Jo muutaman huonosti nukutun yön jälkeen keskittyminen koulussa tai työssä voi olla vaikeampaa. Silti puhutaan vähän siitä, miten uni vaikuttaa, jos sinulla tai lapsellasi on tyyppin 1 diabetes. On tavallista, että sairauden kanssa elävät tai hänen läheiset lapset ja aikuiset kärsivät unihäiriöistä. Ehkä sinun on asetettava herätyskello soittamaan herätäksesi keskellä yöä tarkistaamaan omasi tai lapsesi verensokeriarvot?

Tandem t:slim X2™ -insuliinipumpun esiohjelmoitu Unitila on optimoitu pitämään glukoosiarvot erityisen hyvässä hallinnassa yön aikana. Voit päättää itse, aktivoitko toiminto tiettyyn kellonaikaan joka ilta vai otatko sen itse käyttöön manuaalisesti.



Annostelu	Control-IQ (mmol/l)	Uni (mmol/l)
Annostelee	≥10.0	--
Nostaa	≥8.9	≥6.7
Ylläpitää	6.25 – 8.9	6.25 – 6.7
Vähentää	≤6.25	≤6.25
Keskeyttää	≤3.9	≤3.9

Vinkki!

Lue paremmasta unesta Control-IQ™-teknologian avulla verkkosivuiltamme.





Aktiivisuustila Uni

Miten aktiivisuusprofiili Unitila voi auttaa sinua nukkumaan?

Jos unesi on häiriintynyt, kehosi hormonitasapaino häiriintyy ja koet stressihormonien nousun, joka nostaa verensokeria. Control-IQ-teknologia auttaa sinua vähentämään matalan tai korkean verensokerin aiheuttaman unihäiriön riskiä.

Univaje lisää myös sokerinhimoa vapauttamalla nälkää aiheuttavia hormoneja. Terveellisten tapojen ylläpitäminen on yksinkertaisesti vaikeampaa, kun et nuku hyvin. Tutkimukset ovat osoittaneet, että tyyppin 1 diabetesta sairastavilla henkilöillä, jotka kertovat nukkuvansa liian vähän, on korkeampi HbA1c -arvo ja he ovat vähemmän insuliiniherkkiä huonosti nukutun yön seuraavana päivänä (Donga et al, 2010).

Useat käyttäjämme ovat kertoneet parantuneesta unestaan sen jälkeen, kun he ovat alkaneet käyttämään Control-IQ™-teknologiaa.



"Hugolla on usein yöllä korkeita arvoja, ja meidän ei enää tarvitse nousta öisin antamaan hänelle korjausannoksia. Aikaisemmin annoimme korjausannoksia periaatteessa joka yö, joten nyt pääsemme paljon vähemmällä. Se on todella hieno asia meille vanhemmille. Me saamme enemmän lepoa ja energiaa päiviin."

Helena, Hugon äiti



"Tilanne on rauhoittunut huomattavasti erityisesti öisin. Meillä on paljon helpompaa, sillä meidän ei tarvitse mennä korjaamaan korkeita verensokereita lisäinsuliinilla. Annetaan pumpun tehdä tehtävänsä."

Stefan, Isakin isä



"Kun sain Tandemin, minulle aukesi ihan uusi maailma ja olin aivan ihmeissäni, että sain nukkua kokonaiset yöt."

Essi



"Nyt kun pumppu hälyttää tarvittaessa, voimme kaikki nukkua yömmen rauhassa."

Marko, tyyppin 1 diabetesta sairastavien lasten isä

Lue käyttätarinoitamme:



Treenaa turvallisesti

Aktiivisuustila Liikunta

Tandem t:slim X2™ -insuliinipumpussa on valmiiksi asetettu Liikuntatila, jonka voi ajastaa kestämään 30 minuutista jopa kahdeksaan tuntiin, tai sen voi ottaa manuaalisesti käyttöön ennen liikuntaa. Liikuntatilan tavoitteena on suojata matalalta glukoosiarvolta liikunnan aikana.

Liikuntatilaa suositellaan esimerkiksi reippaille kävelyille, pihatöihin tai kevyisiin jalkapallopeleihin. Jos harrastat intensiivisempää liikuntaa, kuten kuntosalia tai jääkiekkoa, suosittelemme, että luot pumpun asetuksissa henkilökohtaisen liikuntaprofiilin. Autamme sinua profiilin luomisessa pumppualoituksen aikana. Ilmoita asiasta etukäteen hoitotiimillesi, niin lääkäri laskee liikunnan aikana tarvitsemäsi insuliinimäärän.



Annostelu	Control-IQ (mmol/l)	Liikunta (mmol/l)
Annostelee	≥10.0	≥10.0
Nostaa	≥8.9	≥8.9
Ylläpitää	6.25 – 8.9	7.8 - 8.9
Vähentää	≤6.25	≤7.8
Keskeyttää	≤3.9	≤4.4



"En ole paikallaan istuvaa tyyppiä, vaan pelaan jääkiekkoa ja hengailen paljon kavereiden kanssa. Treenit sujuvat nyt paremmin, eikä verensokerini laske liian matalaksi enää yhtä usein."

Isak



Vinkki!

Jos olet aktiivinen, sinun kannattaa valita pumppu, jonka insuliinin annostelu mukautuu vaihteleviin aktiivisuustasoihin. Sellainen pumppu mahdollistaa perusinsuliinin tilapäisen säätämisen liikunnan aikana.

Lue Josefinen tarina ja miten Tandem t:slim X2-insuliinipumppujärjestelmä sopii hänen aktiiviseen elämäänsä:



Henkilökohtaiset profiilit

Tandem t:slim X2™-insuliinipumppu mahdollistaa jopa kuuden erilaisen henkilökohtaisen profiilin asettamisen, joilla insuliinin annostelu mukautetaan eri tilanteisiin. Kun voit helposti vaihtaa eri esiasetettujen profiilien välillä, voit pienentää tai suurentaa insuliiniannosta esimerkiksi lomien, kuukautisten tai sairauden aikana.

Kun olet sairas

Useat insuliinipumput oppivat käyttäjänsä insuliinintarpeesta aikaisempien päivien perusteella. Tämä tarkoittaa, että sairastumisen yhteydessä pumppu saattaa perustaa insuliiniannostelunsa edellisten päivien tarpeisiin. Esimerkiksi kuumeisen infektion aikana insuliinintarve voi nousta merkittävästi, jopa 50 %. Kun pumppu mukautuu tähän uuteen tarpeeseen parin päivän aikana, saattaa käydä niin, että paranemisen jälkeen saat liikaa insuliinia, koska pumppu olettaa sinun edelleen olevan sairas.

Tandem t:slim X2-insuliinipumpussa voit luoda oman sairausprofiilin, jossa otetaan huomioon lisääntynyt insuliinin tarve. Kun olet toipunut, poistat profiilin käytöstä, ja insuliinipumppu palaa annostelevaan normaalin tarpeesi mukaisesti.

Kerro hoitotiimillesi, jos toivot sairausprofiilin, niin saat apua laskemaan insuliiniannoksesi. Henkilökohtaisten profiilien avulla tyypin 1 diabeteksen hallinta on helpompaa ja tehokkaampaa, myös sairastamisen aikana.

Vinkki!

Vuorotyö

Monet ihmiset työskentelevät eri vuorokaudenaikoina. Tämä voi olla fyysisesti vaativaa työtä, joten voi olla hyödyllistä, että sinulla on oma profiili näitä työvoroja varten. Jos sinusta tuntuu, että toivot oman profiilin vuorotyötäsi varten, ilmoita siitä hoitotiimillesi, joka auttaa sinua laatimaan sinulle sopivan profiilin ennen pumppuasetusta.



Ruokavalio ja hiilihydraatit

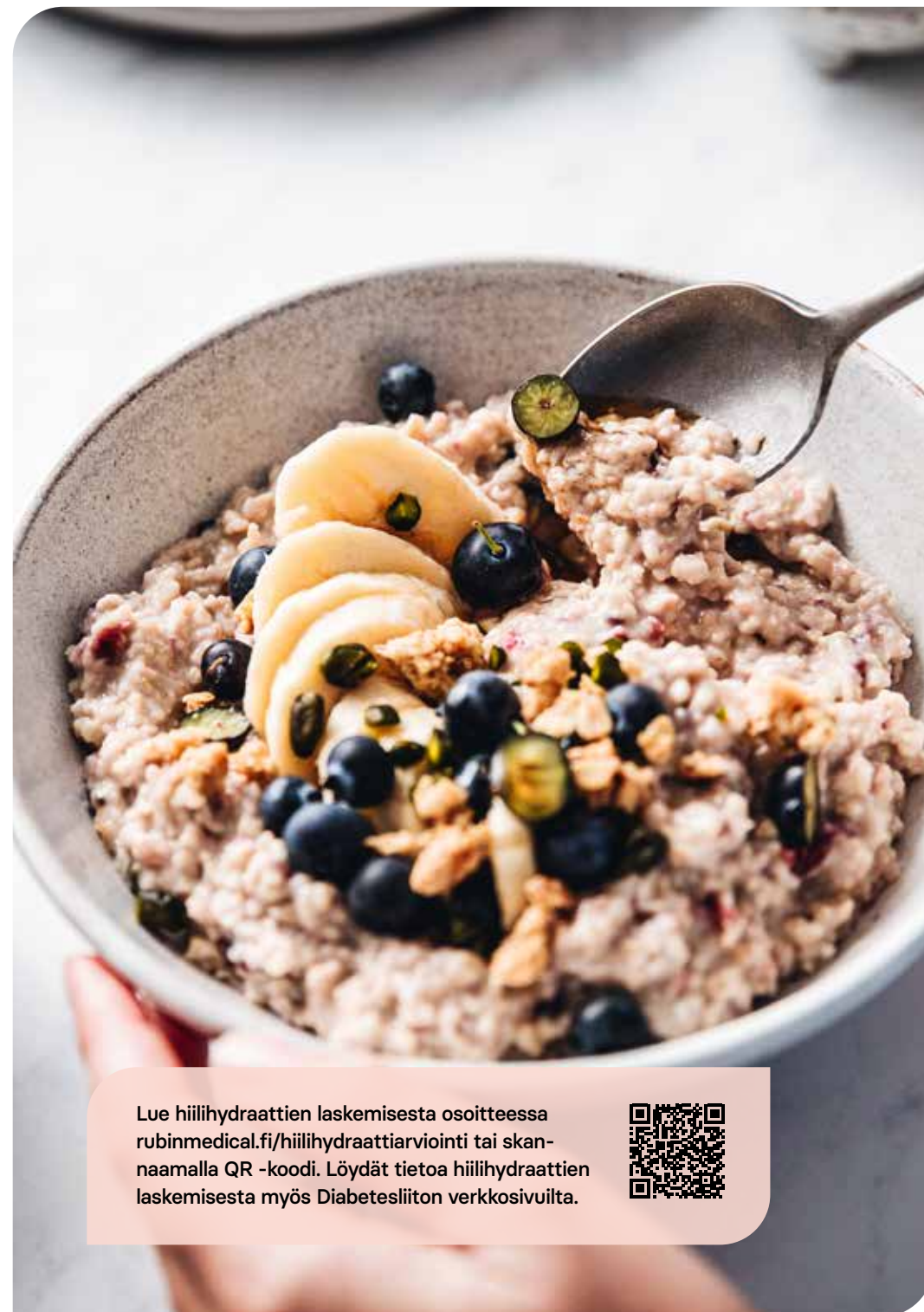
Tandem t:slim X2™ -insuliinipumpussa on integroitu boluslaskuri ja toimitoja, jotka helpottavat hiilihydraattiarviointia. Voit syöttää pumpulle ateriasi arvioidun hiilihydraattimäärän, ja pumppu ehdottaa senhetkisen glukoosiarvosi perusteella, kuinka monta yksikköä insuliinia tarvitset. Tämä perustuu pumppuolituksessa antamiisi tietoihin omasta insuliinihiilihydraattisuhteestasi ja insuliiniherkkyydestäsi.

Pidennetty bolus

Pumpussa on myös mahdollisuus pidennettyyn bolukseen. Voit esimerkiksi valita, että 60% insuliinista annostellaan heti ja 40% annostellaan tasaisesti seuraavan yhdenkahden tunnin aikana. Tämä on suositeltavaa rasvaisille ruoille, kuten pizzalle, hampurilaisille ja juhlapöydän antimille.

Vinkki!

Pyydä hoitotiimiltäsi apua hiilihydraattiarvioiden laskemiseen.



Lue hiilihydraattien laskemisesta osoitteessa rubinmedical.fi/hiilihydraattiarviointi tai skannaamalla QR -koodi. Löydät tietoa hiilihydraattien laskemisesta myös Diabetesliiton verkkosivuilta.



Usein kysytyt kysymykset Tandem t:slim X2 -insuliinipumpusta

Mitä on tärkeää muistaa tehdä insuliinipumpun kanssa?

Vastaus: Yleisesti ottaen Tandem t:slim X2™-insuliinipumpun käytössä on **kaksi perussääntöä**;

1. Muista syöttää hiilihydraatit pumppuun ennen ruokailua ja
2. Muista keskeyttää insuliinin annostelu ennen pumpun irrottamista esimerkiksi suihkun ajaksi. Muista käynnistää insuliinin annostelu uudelleen kun kytket pumpun takaisin.

Voinko irrottaa pumpun?

Vastaus: Kyllä, Tandem t:slim X2™ -insuliinipumpun voi tarvittaessa irrottaa väliaikaisesti, esimerkiksi suihkun, uimisen ja saunomisen ajaksi. Letkun irrottaminen vie vain sekunnin, ja voit jättää pumpun suihkuhuoneen ulkopuolelle. On tärkeää noudattaa pumpun irrottamista ja uudelleen kytkemistä koskevia ohjeita oikein ja tarkistaa glukoositasot säännöllisesti pumpun ollessa irrotettuna.

Irrota pumppu suihkussa käydessäsi ja säilytä sitä turvallisessa paikassa. Muista aina keskeyttää insuliinin annostelu kun irrotat pumpun ja käynnistää sen uudelleen kun kytket pumpun takaisin.

Onko vaarana, että pumpun letku jää kiinni johonkin?

Vastaus: Pumpun letkut ovat joustavat ja kestäviä. Riskin minimoimiseksi voit asettaa pumpun turvalliseen paikkaan, kuten vyöklipsiin tai taskuun.

Mitä teen pumpulle, kun nukun?

Vastaus: Nukkuessasi pumppu voidaan kiinnittää vyöklipsillä housuihin, pyjaman taskuun tai asettaa viereesi sänkyyn.

Mitä tapahtuu, jos pumppu hajoaa?

Vastaus: Jos pumppu tai sensori lakkaa toimimasta, ota yhteyttä asiakastukeemme numerossa 03 422 1150 tai pyydä apua hoitotiimiltäsi. Sinulla pitäisi myös olla varajärjestelmä, kuten insuliinikynä, jolla varmistat insuliinin saannin siihen asti, kunnes ongelma on ratkaistu.

Mitä teen, kun matkustan pumpun kanssa?

Vastaus: Matkustamiseen on tärkeää varautua huolellisesti. Pakkaa mukaan riittävästi hoitotarvikkeita, kuten infuusiosettejä, sensoreita ja ylimääräistä insuliinia. Lentokentän turvatarkastuksessa ilmoita insuliinipumpustasi turvahenkilökunnalle ja ota mukaasi terveydenhuollon tarjoajan antama todistus.

Voit myös tulostaa todistuksen verkkosivuiltamme: rubinmedical.fi/lentaa.

Säilytä kaikki diabeteshoitotarvikkeet käsimatkatavaroissasi, äläkä laita niitä ruumaan menevään laukkuun siltä varalta, että laukku katoaisi matkalla.

Kestääkö pumppu kuumuutta ja kylmyyttä?

Vastaus: Pumppu on suunniteltu toimimaan tietyissä lämpötilarajoissa. Vältä altistamista sitä äärimmäiselle kuumuudelle tai kylmyydelle, kuten suoralle auringonvalolle tai erittäin kylmälle ympäristölle. Pidä pumppu lähellä kehoa kylmissä lämpötiloissa ja käytä eristettyä pussia kuumalla säällä.

Jos sinulla on lisäkysymyksiä tai huolenaiheita, ota yhteyttä asiakastukeemme, katso sivu 20.



Letkullinen pumppu vai letkuton pumppu?

Valinta letkullisen ja letkuttoman insuliinipumpun välillä riippuu usein henkilökohtaisista mieltymyksistä, elämäntavoista ja erityisistä terveystarpeista. Letkullisen pumpun suurena etuna on se, että sen voi irrottaa lyhyemmiksi ajoiksi.

Paremmat hoitotulokset

Jos elät aktiivista elämää, letkullinen pumppu voi helpottaa elämääsi. Pumppuletkun voi irrottaa kehosta sekunnissa, joten voit kylpeä, käydä suihkussa tai sauna rauhasa. Kun olet valmis, asetat letkun helposti takaisin kanyyliin.

Letkulliset insuliinipumput tarjoavat yleensä yksityiskohtaisempia säätömahdollisuuksia ja tarkempaa insuliinin annostelun hallintaa, mikä voi olla hyödyllistä käyttäjille, jotka tarvitsevat suurta joustavuutta hoidossaan. Lisäksi käyttäjät, joilla on suurempi insuliinintarve, voivat hyötyä letkullisten pumppujen suuremmasta säiliökapasiteetista.



”Vaikka Essi on käyttänyt letkutonta insuliinipumppua, hän ei koe letkullista pumppua huonompana vaihtoehtona. Päinvastoin hän kertoo, että letkuttomuus ei aina ole automaattisesti parempi vaihtoehto. Vaikka aluksi letkuttomuus tuntui kätevältä, Essi huomasi, että letkullinen pumppu sopii hänelle paremmin monessa tilanteessa. Essi korostaa, että jokainen löytää itselleen parhaiten sopivan hoitomuodon, ja letkullinen pumppu on osoittautunut hänelle erinomaiseksi vaihtoehdoksi diabeteksen hoidossa.”

Lue Essin koko tarina:



Kuinka kannan insuliinipumppuani?

Insuliinipumpun kuljettamiseen on useita käteviä tapoja. Voit esimerkiksi käyttää sitä vyökliipsissä tai pienessä vyötärölaukussa. Tärkeintä on, että kannat sitä ylpeänä.



Verkkosivuiltamme voit tutustua erilaisiin kantovälineisiin, ja annamme myös vinkkejä muista tyylikkäistä ratkaisuista. Pumppualoituksessa saat myös mukaasi suojakoteloita ja pumppuvyön.



Ennen pumppualoitusta

Kun aloitat uuden insuliinipumppujärjestelmän käytön, on tärkeää, että sinulla on tarvittavat tiedot sen oikeaan käyttöön. Hoitotiimisi sekä me Rubin Medicalilla autamme sinua, mutta voit tehdä paljon myös itse. Ennen kun aloitat insuliinipumpun käytön, suosittelemme, että käyt läpi nämä ohjeet.

1 Varmista, että sinulla on tarvittavat tuotteet

Useimmilla klinikoilla Suomessa voit valita, haluatko noutaa insuliinipumppujärjestelmäsi ja tarvitsemasi hoitotarvikkeet ennen pumpun käyttöönottoa vai sen käyttöönoton yhteydessä. Kysy ennen pumppualoitusta hoitotiimiltäsi, pitääkö sinun noutaa tuotteet itse etukäteen vai onko kaikki valmiina klinikalla pumppualoituksen yhteydessä.

Tarvitset:

- ✓ Tandem t:slim X2™-insuliinipumppu
- ✓ Dexcom G6 tai G7 CGM
- ✓ Infuusiosetti
- ✓ Säiliö
- ✓ Täyttöruisku
- ✓ Insuliinia



2 Lataa sovellukset valmiiksi

Ennen pumppualoitusta voit ladata älypuhelimellesi tai tablettiisi demosovelluksen **t:simulator™** tutustuaksesi uuden insuliinipumppusi ominaisuuksiin. Sovellus löytyy sovelluskaupoista nimellä t:simulator ja se on maksuton.

On myös muita sovelluksia, joista voi olla hyötyä, kun olet aloittanut pumppuhoidon:

Dexcom G6- tai G7-sovellus – seuraa sensoriarvoja suoraan matkapuhelimellesi tai älykellollasi.

Glooko® – ohjelmisto, joka antaa sinulle helposti ymmärrettävää tietoa mittausarvoistasi eri aikajaksoilla ja jonka avulla voit jakaa tietoja hoitotiimillesi tietokoneen välityksellä. Voit luoda Glooko®-tilisi verkossa osoitteessa join.glooko.com.

Dexcom Follow -seurantasovellus, joka on tarkoitettu diabetesta sairastavien läheisille.

3 Varaa aikaa

Pumppualoitus kestää kahdesta kolmeen tuntia. Jos olet käyttänyt Tandem t:slim X2-pumppua tai toista insuliinipumppua aiemmin, pumppualoitus saattaa kestää vain tunnin.

4 Yhdessä harjoittelu

Pumppualoituksen yhteydessä käydään läpi kaikki insuliinipumpun toiminnot ajan asettamisesta infuusiosetin asettamiseen. Harjoitteleme myös bolusannostelua yhdessä. Tavoitteenamme on, että tunnet olosi varmaksi uuden pumppusi kanssa ja osaat käyttää sitä. Jos olet epävarma tai sinulla on kysymyksiä pumpun käyttöönoton jälkeen, voit aina ottaa yhteyttä asiakastukeemme.

5 Opi lisää uudesta insuliinipumppujärjestelmästäsi

Siirtyminen Tandem t:slim X2™-insuliinipumppujärjestelmään on tehty helpoksi kattavien oppaiden ja tukimateriaalien avulla. Ammattitaitoinen henkilökuntamme opastaa sinua jokaisessa vaiheessa pumppualoituksessa ja sen jälkeen, varmistaen, että tunnet olosi varmaksi ja osaavaksi uuden pumppusi kanssa. Vieraile sivuillamme rubinmedical.fi --> Koulutus- ja tietomateriaali ja tutustu tarkemmin.



Ennen pumppu-aloitusta

Rubin Medicalin edustaja ja usein diabeteshoitajasi ovat läsnä pumpun aloituksessa.

Joku meistä saattaa olla läsnä pumpun aloituksessa:



Eija Leppiniemi

Edustaja, Etelä- ja
Länsi-Suomen alue
(FI, SE, ENG)



Sari Kauno

Edustaja, Pohjois-
Suomen alue (FI, ENG)



Raija-Maria Mattinen

Edustaja, Itä- ja
Keski-Suomen alue
(FI, ENG)



Daniela Rostedt

Tuotepäällikkö, Suomi
(FI, SE, ENG)



Hanna Auvinen

Majohtaja, Suomi
(FI, SE, ENG)



Leena Oredsson

Asiakastuki, Suomi
(FI, SE, ENG)



Voimme auttaa sinua
järjestelmän kaikissa asioissa!

Olemme täällä sinua varten

Jos sinulla on kysymyksiä, huolenaiheita tai ongelmia insuliinipumpun, sensorin tai muiden hoitotarvikkeiden kanssa, ota yhteyttä asiakastukeemme. Voimme auttaa sinua kaikissa järjestelmän asioissa.

Rubin Medicalin asiakastuki on avoinna arkisin klo 8.00-16.00. Tekninen pumputukemme on avoinna joka päivä ympäri vuorokauden. Jos kyseessä ei ole hätätapaus, voit lähettää meille sähköpostia osoitteeseen support@rubinmedical.fi, ja vastaamme sinulle pian.

Asiakastuki arkisin klo 8–16.00: 03-422 1150
Pumpun tekninen tuki muina aikoina: 03-422 1150

Lisätietoja verkkokoulutuksistamme

Rubin Medical järjestää verkkokoulutuksia tasaisin väliajoin ja näistä tiedotamme aina sähköpostitse, jos olet antanut meille markkinointiluvan pumppuolituksen yhteydessä, sekä sosiaalisen median kanavissamme Facebookissa ja Instagramissa.

Seuraa meitä sosiaalisessa mediassa:



*"Olen aina saanut hyvän vastauksen, kun olen soittanut asiakaspalveluun, sekä päivällä että illalla. Tuntuu hyvältä tietää, että apua saa aina."*¹

¹ 92 % pohjoismaisista käyttäjistä on NPS:n mukaan erittäin tyytyväisiä tai tyytyväisiä insuliinipumppuun (Customer Attitude Survey Nordic Users 2024, n=2721).



Vinkki!

Diabetesliitto järjestää useita kursseja (myös tuettuja) ympäri vuoden ja niihin voi tutustua osoitteessa diabetes.fi/kurssit. Kursseja järjestetään sekä digitaalisesti että paikan päällä, esimerkiksi perhekursseja 1-12 -vuotiaalle diabetesta sairastaville lapsille ja heidän perheilleen.



Sanakirjasto – yhteenveto tämän esitteen sisällöstä

Tyyppin 1 diabetesta sairastava henkilö törmää usein moniin sanoihin ja lyhenteisiin, joita ei aina opeteta koulussa. Tässä esitteessä saattaa olla joitakin sinulle uusia termejä, joten selitämme niitä tarkemmin alla.

AID-järjestelmä (Automated Insulin Delivery)

AID-järjestelmä tarkoittaa automaattista insuliininhallintajärjestelmää, joka säätelee insuliinin annostelua reaaliaikaisesti glukosiarvoseurannan (CGM) avulla. Järjestelmä koostuu insuliinipumpusta ja glukosisensorista, jotka yhdessä säätävät insuliinannokset automaattisesti käyttäjän glukositason ja tarpeiden mukaan. Tämä helpottaa diabeteksen hallintaa ja vähentää manuaalista insuliinin annostelua.

Bolus (korjausbolus)

Bolus on pika-annos insuliinia, jolla tavallisesti katetaan syöty ruoka tai korjataan korkea glukosia. Tandem t: slim X2™-insuliinipumpulla sen voi annostella perusboluksena, korjausboluksena, pidennettynä boluksena tai pikaboluksena.

CGM (Continuous Glucose Monitoring)

CGM on jatkuva glukosimonitorointi, eli sensori. Sensori mittaa ihonalaisen kudoksen soluväliaineen glukosipitoisuutta ja lähettää tietoa glukositasosta säännöllisin väliajoin joko käyttäjän kännykkään, sensorille tarkoitettuun vastaanottimeen tai insuliinipumppuun.

HbA1c (Hemoglobiini-A1c)

Punasolujen hemoglobiinimolekyyleihin kiinnittyy hiljalleen glukosia. Glukoosin kiinnittymisvauhti riippuu veren glukosin määrästä. Mitä enemmän veressä on sokeria, sitä enemmän sitä tarttuu hemoglobiiniin. Siksi sen arvo suurenee diabetesta sairastavalla. Sokerihemoglobiinista käytetään myös nimitystä ”pitkäaikaissokeri”. HbA1c-arvo kuvastaa keskimääräistä veren glukosin määrää edeltävän 2–8 viikon aikana. Diabetes-diagnosiin viittaa HbA1c-tulos 48 mmol/mol tai korkeampi.¹

Hiilihydraattisuhde (HH-suhde)

Hiilihydraattisuhde on yhden insuliiniyksikön kattama hiilihydraattimäärä grammoina. Se auttaa diabetesta sairastavia annostelevaan insuliinia suhteessa siihen, mitä he syövät. Käytetään myös nimitystä insuliini-hiilihydraattisuhde.

IOB (Insulin On Board), aktiivinen insuliini

IOB tarkoittaa insuliinia, joka on aktiivisena (pystyy edelleen alentamaan glukosia) elimistössä boluksen annostelun jälkeen. Pumppu seuraa ateria- ja korjausboluksista saatavan aktiivisen insuliinin (IOB) määrää. Kun ylimääräisiä ateria- ja korjausboluksia ohjelmoidaan, pumppu vähentää IOB:n määrän suositellusta boluksesta sekä perusannoksen automaattisesta säädöstä, jos glukosiarvosi on alle aktiivisessa profiilissasi asetetun tavoitteen. Tämä voi auttaa estämään insuliinin kasautumista, joka voi johtaa hypoglykemiaan (matalaan glukosiarvoon).

Kalibrointivapaa

Dexcom CGM ei vaadi säännöllisiä kalibrointeja sormenpäästä otetuilla verinäytteillä. Tämä tekee laitteiden käytöstä helpompaa ja mukavampaa, sillä käyttäjän ei tarvitse tehdä ylimääräisiä mittauksia varmistaakseen laitteen tarkkuuden. Jos glukosiarvot ja CGM-lukemat eivät ole oireiden tai odotusten mukaisia, käytä verensokerimittaria hoitopäätösten tekemiseksi.

Kannyli

Kannyli on infuusiosetin osa, joka asetetaan ihon alle ja jonka kautta insuliinia annostellaan.

Negatiivinen IOB

Kun Control-IQ™-teknologia säätää perusannosta, IOB kasvaa tai laskee. Jos IOB on 0 yksikköä ja perusannosta pienennetään, sitä pidetään negatiivisena IOB:na. Se ilmoitetaan aloitusnäytöllä ja näkyy edelleen muodossa 0 U. Jos IOB on negatiivinen, annettu bolus ei näy kokonaan, vaikka täysi bolusannos olisi annosteltu.

Perusinsuliini (basaali)

Basaali tai perusinsuliini tarkoittaa insuliinin hidasta jatkuvaa annostelua, joka pitää glukositasot vakaina aterioiden välillä ja unen aikana. Sitä mitataan yksikköinä tunnissa (yks./h). Insuliinipumppuhoidossa perusinsuliinintarve täytetään pikainsuliinilla, jota pumppu annostelee jatkuvasti².

Tilapäinen annos

Tilapäinen annos on lyhenne tilapäisestä perusannoksesta. Sitä käytetään nykyisen perusannoksen lisäämiseen ja vähentämiseen lyhyen ajanjakson ajaksi erityistilanteissa. 100 % on sama kuin ohjelmoitu perusannos. 120 % on 20 % enemmän ja 80 % on 20 % vähemmän kuin ohjelmoitu perusannos.

*“Joskus melkein
unohdan, että minulla
on tyypin 1 diabetes.”*

Tim



Control-IQ-teknologian vastuullinen käyttö

Control-IQ™-teknologia ei estä kaikkia korkeita ja matalia glukoosiarvoja eikä korvaa ateriabolusta tai aktiivista diabeteksen hoitoa. Jos käyttäjän CGM (sensori) ei toimi kunnolla tai ei pysty kommunikoimaan pumpun kanssa, Control-IQ-teknologia ei voi ennakoita sensorin arvoja tai säätää insuliiniannosta. Potilaita on kehoitettava kiinnittämään aina huomiota oireisiin sekä glukoosiarvoihin ja hoitamaan niitä vastaavasti. Lisätietoja löytyy osoitteesta tandemdiabetes.com/tslimX2-use.

Tärkeitä turvallisuustietoja: Varoitus: Yhdysvalloissa liittovaltion laki rajoittaa t:slim X2™ -insuliinipumpun myyntiä tai tilaamista Control-IQ-teknologialla vain lääkäreille. t:slim X2-insuliinipumppu, Control-IQ-teknologialla, on tarkoitettu yksittäisen potilaan käyttöön. t:slim X2-insuliinipumppu, Control-IQ-teknologialla, on tarkoitettu käytettäväksi Novorapid, Liprolog, Lispro tai Aspart (Sanofi) -insuliinin kanssa.

Insuliinipumppu t:slim X2 on yhteensopiva erilaisten teknologioiden kanssa. Se on ACE-pumppu (alternate controlled enabled) ja se on tarkoitettu insuliinin subkutaaniseen annosteluun, ohjelmoidulla ja vaihtelevalla perusnopeudella, diabetes mellituksen hoitoon insuliinia tarvitsevilla ihmisillä. Pumppu kommunikoi luotettavasti ja turvallisesti yhteensopivien, digitaalisesti yhdistettyjen laitteiden kanssa, mukaan lukien automaattinen insuliinin annosteluohjelmisto. Se vastaanottaa ja vahvistaa näiden laitteiden komennot.

t:slim X2-insuliinipumppu Control-IQ-teknologialla: Control-IQ on tarkoitettu käytettäväksi yhteensopivan integroidun jatkuvan glukoosimonitorin (iCGM, myydään erikseen) ja ACE-pumpun kanssa lisäämään, vähentämään ja keskeyttämään perusinsuliinin annostelun iCGM-lukemien ja ennakoitujen glukoosiarvojen, niin sanottujen sensorin arvojen perusteella. Järjestelmä voi myös antaa korjausboluksen, kun sensorin arvon ennakoidaan ylittävän ennalta määritetyn arvon. Control-IQ-teknologia on tarkoitettu tyyppin 1 diabeteksen hoitoon 6-vuotiailla tai sitä vanhemmilla ihmisillä.

VAROITUS: Alle 6-vuotiaat eivät saa käyttää Control-IQ-teknologiaa. Sitä ei myöskään tule käyttää potilaille, jotka käyttävät alle 10 yksikköä insuliinia päivässä tai jotka painavat alle 25 kiloa.

t:slim-insuliinipumppu Control-IQ-teknologialla, ei ole tarkoitettu raskaana oleville naisille, dialyysihoitoa saaville tai kriittisesti sairaille potilaille. t:slim-insuliinipumppu Control-IQ-teknologialla, käyttäjien on käytettävä pumppua CGM-osan ja kaikkien muiden järjestelmän komponenttien kanssa niiden käyttöohjeiden mukaisesti. Heidän on testattava glukoosiarvo hoitohenkilökunnan suositusten mukaisesti ja pystyttävä laskemaan hiilihydraatit, ylläpitämään riittävää diabeteksen itsehoitoa ja tapaamaan hoitotiimiään säännöllisesti. Käyttäjällä on oltava riittävä näkö ja/tai kuulo voidakseen havaita ja käyttää kaikkia pumpun toimintoja, mukaan lukien varoitukset, hälytykset ja muistutukset. Ennen magneettikuvaa, TT:tä tai diatermiaa t:slim X2-pumppu, lähetin ja sensorin on poistettava. Lisää tärkeitä turvallisuustietoja on osoitteessa www.tandemdiabetes.com/safetyinfo.

Autamme tekemään arjesta turvallisempaa

Maailman johtavien valmistajien laitteiden ja omistautuneen tiiminsä ansiosta Rubin Medical pystyy tekemään monien ihmisten arjesta entistä helpompaa ja turvallisempaa.

Tuotteemme määrätään aina terveydenhuollon kautta ja teemme tiivistä yhteistyötä hoitotiimien kanssa. Ohjevideoita, käyttöohjeita ja kysymyksiä ja vastauksia tuotteistamme sekä paljon muuta löydät sivustolta www.rubinmedical.fi

Asiakastuki arkisin klo 8–16.00: 03-422 1150
Pumpun tekninen tuki muina aikoina: 03-422 1150

Seuraa meitä sosiaalisessa mediassa:



© 2025 Rubin Medical Oy. Kaikki oikeudet pidätetään. Tandem Diabetes Care on rekisteröity tavaramerkki ja t:slim X2™, Control-IQ™ ja t:simulator™ ovat Tandem Diabetes Care Inc:n tavaramerkkejä. Dexcom, Dexcom G6, Dexcom G7 ja Dexcom Follow ovat Dexcom Inc:n rekisteröityjä tavaramerkkejä Yhdysvalloissa ja/tai muissa maissa. Apple ja Apple-logo ovat Apple Inc.:n tavaramerkkejä, jotka on rekisteröity Yhdysvalloissa ja muissa maissa. App Store on Apple Inc.:n palvelumerkki. Google Play ja Google Play -logo ovat Google LLC:n tavaramerkkejä. Kaikki muut kolmansien osapuolten tavaramerkit ovat omistajiensa omaisuutta.

